

DORASTANIE JEST ZNACZNIE LĄTWSZE
GDY MA SIĘ PO SWOJEJ STRONIE RODZICÓW

Jak zrozumieć i wspierać nastolatka

Zapraszamy na wykład z dr Agnieszką Kozak współautorką książki „Nastolatek potrzebuje wsparcia”

Niestabilne poczucie własnej wartości, ataki złości, samookaleczenia i depresja, uzależnienie od telefonu i gier – to problemy z którymi mierzy się wielu rodziców nastolatków.

Podczas wykładu dr Agnieszka Kozak omówi jak wspierać nastolatka w jego trudnościach oraz jak zadbać o siebie jako rodzica w tym trudnym dla obu stron czasie.

13 grudnia 2023 o 17.00
Centrum Użyteczności Publicznej Jana III Sobieskiego 9

Dr Agnieszka Kozak psycholog, psychoterapeutka, trenerka komunikacji społecznej na emerytalnej (PACJ).

Wierzy, że słowami tworzymy świat relacji, a skoro go tworzymy, to także możemy go zmienić. Kocha się, co robi i robi, to co kocha.

Współautorka książki: Dęgać się z nastolatkiem

*Po wykładzie będzie można zakupić książkę z dedykacją w cenie 50 zł netto

Chcę ustalić pierwszy termin: do 3 grudnia telefonem: 89 646 65 98, 511 407 910 lub e-mailem na adres: ekstern@up.gov.pl

Wszelkie informacje: www.up.gov.pl

WSTĘP WOLNY

Urząd Miejski w Ostródzie

Zespół? Placówek Pedagogicznych w Ostródzie pod patronatem Starosty Ostródzkiego Andrzeja Wiczковского zapraszają? rodziców oraz kadr? pedagogiczn? 13 grudnia 2023 r. o godz. 17:00 do Centrum U?yteczno?ci Publicznej w Ostródzie, na drugie Spotkanie z autork? ksi??ki pt. „Nastolatek potrzebuje wsparcia” dr Agnieszk? Kozak. Podczas spotkania b?d? poruszane tematy niestabilnego poczucia w?asnej warto?ci, uzale?nienia od telefonu i gier, samookaleczenia i depresji, czyli tych problemów, z którymi mierzy si? wielu rodziców i opiekunów nastolatków.

Autorka ksi??ki wyja?ni równie? jak wspiera? nastolatka w jego trudno?ciach oraz jak zadba? o siebie jako rodzica. Spotkania z autorem to nie tylko wyk?ad teoretyczny, ale dzielenie si? do?wiadczeniem z praktyki psychologicznej.

Wydarzenie bezp?atne. WST?P WOLNY

?ród?o informacji: Zespół? Placówek Pedagogicznych w Ostródzie